**Правила публичного выступления, публичной ораторской речи**

ЭТАПЫ

**Первая ступень (подготовительная)**

Подготовительная – первая ступень и один из самых важных этапов. Важно идеально владеть сведениями, о которых планируете сообщить публике, не сомневаться в предоставляемой информацией, ориентироваться в своём материале.

Не надо загружать сообщение несколькими аспектами, лучше рассказать подробно о чём-то одном и упомянуть, что есть и ещё важные аспекты данной темы, о которых вы сообщите при следующей встрече или при личном контакте.

**Вторая ступень**

Вторая ступень — это налаживание связи с аудиторией. Здесь надо определить настрой слушателей, расположить людей к себе, т.е. здесь и налаживается контакт со слушателями. Не надо торопиться, успокойтесь, выдохните, не суетитесь.

Бесцельные, хаотичные движения отвлекают от выступления. Выходя к слушателям можно улыбнуться, таким образом, вы показываете свой позитивный настрой.

Необходимо окинуть взглядом зал, акцентировать внимание на нескольких людях из зала и во время выступления старайтесь сохранять этот личный контакт.

Этим вы показываете свою заинтересованность в слушателях. Важно, что на вас одето, как держитесь, уверенно и спокойно ли звучит ваш голос.

Одежда должна быть свежей и выглаженной, мятая неопрятная одежда свидетельствует о неуважении к себе и окружающим. Оденьтесь скромно, но со вкусом, элегантно, не нужно много аксессуаров, чтобы слушатели не занимались их разглядыванием.

Не забудьте изучить помещение для выступления заранее, придите туда чуть раньше, когда нет людей и вы сможете представить где лучше встать, освоиться с микрофоном, чтобы не выглядеть смешно, если во время выступления у вас возникнут с ним проблемы, так как за это время вы можете потерять нить сообщения и, ещё хуже, внимание зала.

Центр зала, вот где нужно стремиться расположиться во время доклада, а если это невозможно, сделать своё местоположение центром внимания аудитории с помощью жестов и интонации.

**Третья ступень**

Третья ступень — это умение сохранить внимание слушателей на основной идее выступления.  
Слова в речи надо произносить чётко и понятно, не надо говорить слишком быстро или, наоборот, растягивать слова.

Надо произнести чётко особенно ударную гласную, что оказывает наибольшее влияние на разборчивость речи. Старайтесь избегать грамматических ошибок, используйте литературный язык, чтобы аудитория не потеряла к вам доверие.

Старайтесь не использовать стандартные фразы и выражения. Хорошо было бы поработать над своим словарным запасом, применяйте больше синонимов в своей речи, и выступление будет более привлекательным и красивым.

Нельзя читать с листа, выучите свой доклад наизусть, старайтесь даже не брать заметки на трибуну.

**Четвёртая ступень**

Четвёртая ступень — это сохранение внимания людей из аудитории. Стоит обратить внимание на вербальные и невербальные составляющие общения. Небрежность в жестах недопустима.

Жесты могут быть приглашающими, отрицающими, вопросительными, они могут подчеркнуть нюансы выступления. Двигайте руками выше талии, т.к. жесты ниже свидетельствуют о неуверенности и растерянности.

Используйте обе руки. Старайтесь не скрещивать и не сжимать руки, поза должна быть открытой. Периодически улыбайтесь. Лучше воспринимаются короткие предложения, в которых чётко излагается основная мысль без витиеватых оборотов.

Использование графики и диаграмм позволяет не загружать свою речь цифрами, которые плохо воспринимаются на слух. Избегайте казаться более осведомленными в обсуждаемом вопросе, чем аудитория, чтобы слушателям не казалось, что они глупее вас.

Будьте доброжелательными, разбавляйте свое выступление яркими сравнениями или жизненными случаями. Меняйте позу при переходе к следующей части выступления.

**Пятая ступень**

Пятая ступень- это отстаивание своего убеждения, если у слушателя другое мнение по обсуждаемому вопросу. Здесь вашими помощниками выступают уверенность, владение информацией и оперирование фактами.

**Шестая ступень**

Шестая ступень — это окончание выступления. В заключении выступления следует чётко и громко повторить основную идею, ради которой и было ваше выступление, обязательно посмотрите в глаза слушателям, показав, что вы удовлетворены общением с ними.

**Некоторые логические законы и правила публичного выступления**

Последовательность, логичность- важные аспекты каждого сообщения. В начале, говорим о самом главном, второстепенную информацию оставляем на потом, когда внимание аудитории будет уже не таким острым.

Не допускайте повторений, а если они нужны, делайте на них акцент голосом, чтобы слушатели поняли, что они сделаны специально.

Каждая мысль должна иметь одно и тоже толкование, и неважно с какой стороны вы к ней обращаетесь. Две истины не должно быть в одном и том же выступлении. Истинным является то суждение, которое имеет под собой хорошую доказательную базу.